

ÉDUCATION SEXUELLE

STRATÉGIES POSITIVES POUR
INCLURE LES PERSONNES DE LA
DIVERSITÉ SEXUELLE ET DE GENRE



MOUVEMENT D'INFORMATION
ET D'ENTRAIDE DANS LA LUTTE
CONTRE LE VIH-SIDA À QUÉBEC

Parc Marc-Anciel Gaudette

PRÉMICES

1

On prend souvent pour acquis que les personnes sont hétérosexuelles jusqu'à preuve du contraire (processus hétérosexiste). Cette attitude dominante dans la société est la première barrière à l'inclusion.

2

On fait souvent des suppositions à tort à propos des personnes, des relations qu'elles ont et des services dont elles ont besoin. Il est important de renforcer l'auto-identification et l'auto-description des personnes pour contourner nos propres biais et préjugés restrictifs.

3

L'orientation sexuelle et l'identité de genre d'une personne ne doivent pas être déduits en fonction de l'apparence des personnes. L'orientation sexuelle, l'identité de genre et l'expression de genre sont des composantes de notre identité qui ne sont pas définies l'une par l'autre.

4

L'expression sexuelle et les comportements sexuels d'une personne ne sont pas nécessairement définis et alignés avec son orientation sexuelle. Le spectre de la sexualité est un phénomène bien plus complexe et nuancé que la vision binaire et linéaire répandue dans notre culture sociale.

5

Il est important d'avoir une approche anti-oppressive et sensible aux traumatismes et à la violence lorsqu'on travaille avec les personnes de la diversité sexuelle et de genres, ainsi qu'une compréhension des impacts des déterminants sociaux de la santé et du stress minoritaire sur le vécu des personnes queer et trans.

STRATÉGIES

Créer des espaces inclusifs et sécuritaires.

L'affichage physique, la création de normes de groupe et la mise en place de procédures d'intervention pour lutter contre l'homophobie et la transphobie sont essentielles pour créer des environnements favorables aux personnes queer et trans.

Exemples :

Affiches, collants et campagnes de sensibilisation ciblés sur l'inclusion des personnes LGBTQ+ et la lutte à l'homophobie et à la transphobie (Fondation Émergence, Centre canadien de la diversité des genres et de la sexualité, organismes GRIS, etc.)

Créer des règles claires et réitérées en groupe (contrat social auquel se référer en cas de situation de discrimination ou de violence) et mettre en place des politiques d'action et d'intervention pour adresser ces situations.



Intervenir dans une approche de la sexualité positive et émancipatrice comme un droit et un aspect central de notre psyché humaine.

- Valoriser les notions de plaisir et d'intimité dans la sexualité et équilibrer la prévention entre ce concept et celui des risques à considérer (éviter de développer une anxiété envahissante sur la question des risques), discuter de consommation d'alcool et de drogues en contexte sexuel;
- Renforcer systématiquement les compétences pro-sociales telles que la communication ouverte et l'ouverture d'esprit (briser l'apprentissage du tabou et de la gêne à parler de sexualité);
- Normaliser des sujets comme les ITSS, la diversité des rythme développementaux et les divers questionnements de santé sexuelle et les comportements d'exploration identitaire et sexuelle, entre autres;
- Développer activement la compréhension du consentement libre, éclairé et réitéré, la réflexion sur ses valeurs, ses attentes et ses besoins, apprendre à les affirmer et les intégrer dans des relations saines et respectueuses, conscientiser aux dynamiques de pouvoirs et d'abus;
- Intégrer la vision positive du corps, déconstruire la pression de performance dans la sexualité, développer la réflexion critique sur les messages et discours stéréotypiques dominants dans les médias et la société, travailler l'estime de soi et la notion du respect mutuel.

STRATÉGIES

Soutenir et défendre les droits des personnes.

Droit à un développement sain et respectueux, droit à l'information et accès à la bonne information, droit à la dignité et à l'intégrité, droit à la vie privée, droit à l'autonomie et à l'autodétermination, droits à des services appropriés et adaptés, etc.

- Considérer la sexualité comme un droit fondamental et reconnaître toutes personnes comme des êtres sexués, peu importe leur âge, et comprendre la place et le sens de nos droits fondamentaux dans notre vie sexuelle (dignité, intégrité, sécurité, autonomie, autodétermination et pouvoir d'agir, etc.).
- Informer sur les droits et recours en ce qui a trait aux agressions à caractère sexuel, au planning parental, aux violences conjugales, etc.
- Éduquer sur la notion légale du consentement (ex : lorsqu'il y a consommation d'alcool ou autres substances psychoactives).
- Faire connaître les ressources de santé et les ressources communautaires pertinentes et référer activement lorsqu'un besoin est présent, créer des liens stratégiques avec les différents partenaires.
- Militer pour la défense des droits et libertés des communautés sexuellement opprimées comme les femmes, les personnes queer et trans, les personnes Autochtones, les personnes qui font le travail du sexe, etc.

Intervenir dans une approche inclusive des multiples composantes et dimensions de la sexualité humaine.

Relations interpersonnelles | Développement personnel positif | Prévention des risques pour la santé

- Orientation sexuelle
- Identité et expression de genre
- Variabilité du développement sexuel individuel
- Désirs, valeurs, limites
- Communication avec soi et avec les autres
- Consentement libre, éclairé, exprimé et réitéré
- Image du corps positive et estime de soi
- Diversité des pratiques sexuelles
- Contraception et protection contre les ITSS
- VIH/sida et prévention
- Dépistage et prise en charge de sa santé sexuelle
- Masturbation, connaissance de son corps et de ces zones de plaisir (pleine conscience)
- Violences sexuelles et culture du viol
- Violences conjugales
- Violences et pouvoirs basées sur le genre (misogynie, masculinité toxique, transphobie, etc.)
- Relations saines et respectueuses
- Sexting et rencontres en ligne
- Pornographie, médias et culture
- Consommation d'alcool et autres substances psychoactives
- Etc.

STRATÉGIES

Parler des parties du corps de manière neutre, et non du genre de la personne qui les possède « normalement ».

On s'assure que l'on assume pas quelle information une personne a besoin en fonction de son genre perçu.

Exemples

« Les femmes devraient passer un examen du col de l'utérus périodiquement. »

(Correction) Les personnes qui ont un col de l'utérus devraient passer un examen périodiquement.

« Les hommes devraient effectuer un auto-examen des testicules au moins une fois par mois pour déceler les signes avant-coureurs d'un cancer de la prostate. »

(Correction) Les personnes qui ont des testicules devraient effectuer un autoexamen des testicules au moins une fois par mois pour déceler les signes avant-coureurs d'un cancer de la prostate.

Éviter de systématiquement genrer les messages sur le sexe protégé et la contraception.

Parler au genre neutre aide à être plus spécifique dans le contenu.

Exemples :

« Le condom féminin est une alternative au condom classique. »

(Correction) Le condom interne est une alternative au condom classique (aussi utilisé pour la pénétration anale chez les hommes comme chez les femmes).

« La pilule contraceptive est pour les femmes seulement. »

(Correction) Certains hommes Trans prennent la pilule contraceptive .

« On peut transmettre une ITSS en donnant du sexe oral à un gars ou à une fille . »

(Correction) On peut transmettre une ITSS en pratiquant l'anilingus, le cunnilingus ou la fellation.

STRATÉGIES

Faire attention aux énoncés limitatifs dans leur formulation et élargir la portée des messages avec des nuances.

Permet de normaliser la diversité des corps et des expressions sexuelles sans directement se restreindre à certaines réalités cisgenres et hétérosexistes.

Exemples :

« Pendant la puberté, les personnes commencent à se sentir sexuellement attirées par d'autres personnes. »

(Correction) Pendant la puberté, les personnes peuvent commencer à se sentir sexuellement attirées par d'autres personnes (nuance qui inclue les réalités des personnes asexuelles).

« Voici l'anatomie génitale des hommes (schéma graphique) »

(Correction) Plusieurs personnes ont un pénis et des testicules qui ressemblent à ce schéma (nuance qui inclue les réalités des personnes intersexes).

S'éduquer sur le langage inclusif et la terminologie LGBTQ+

Notre langage peut avoir l'effet de contredire une grande partie de la réalité et de l'expérience d'une personne, de marginaliser des groupes et de réduire significativement l'impact de nos interventions en compromettant le lien de confiance.

Pronoms : Favoriser l'auto-identification des personnes en demander les pronoms d'usage d'une personne et en nommant les nôtres (ex : il, elle, iel, ielle, etc.).

Termes : Favoriser l'auto-identification du corps et des pratiques sexuelles des personnes en laissant l'ouverture aux personnes d'utiliser les termes qu'elles préfèrent pour parler de leur corps et de leur sexualité, tenant compte des sensibilités associées entre autres au vécu de dysphorie et de non-normativité des corps (co-construire le lexique), parler de partenaires, de personnes qui reçoivent ou donnent une pénétration, et non de «chum» ou de «blonde/ gars ou fille», etc..

Identités : S'éduquer et se tenir à jour sur les différentes identités LGBTQ+ et sur les enjeux spécifiques à ces différentes communautés, remettre en question la conception binaire des identités sexuelles et de genre, écouter et apprendre de l'expérience des personnes et critiquer ses propres préconceptions et préjugés, réfléchir à ses privilèges sociaux et identifier les zones de pouvoir dans lesquelles ils s'actualisent dans notre travail, etc.

CONCLUSION

L'éducation à la sexualité positive, inclusive et complète génère des bienfaits réels au niveau des individus et plus largement pour le bien-être de notre société !

Diminution des relations sexuelles à risque

Meilleure capacité à faire ses propres choix éclairés et critiques en dépit de la pression sociale

Diminution du nombre de partenaires (moins de pression à la performance sexuelle)

Utilisation de protection plus fréquente

Diminution du nombre de grossesses non planifiées

Diminution de la prévalence des ITSS et du VIH

Meilleure qualité rapportée dans les premiers rapports sexuels.

À PROPOS DU MIELS-QUÉBEC

Le MIELS-Québec est un organisme communautaire qui vise à permettre à toute personne vivant avec le VIH-sida d'évoluer dans la dignité humaine et de s'assurer que ses droits, son intégrité et ses libertés soient préservés. Le MIELS-Québec accueille toute personne sans égard aux origines ethniques, au style de vie, aux croyances ou à l'orientation sexuelle.

Entraide (PVVIH)

- Milieu de vie
- Animation et activités communautaire
- Soutien alimentaire et Moisson-Québec
- Service de repas quotidien (dîner)
- Service d'accompagnement Marc-Simon (SAMS)
- Soutien et suivi psychosocial
- Fonds d'entraide MIELS-Québec

Prévention

- Ateliers de prévention
- Témoignages de personnes vivant avec le VIH
- Ligne téléphonique INFO-VIH
- Dépistage du VIH et des ITSS pour les populations prioritaires
- Distribution gratuite de barrières physiques de protection et de lubrifiants
- Groupe d'achat de barrières physiques et de lubrifiants
- Conférences et kiosques d'information
- Formations pour les professionnels et futurs professionnels
- Projets spéciaux

www.miels.org
418-649-1720

MÉDIAGRAPHIE

- Abrams, M. (2018). LGBTQIA Safe sex guide.
- Action Canada pour la santé et les droits sexuels (2019). Ce que les jeunes personnes veulent et ce dont elles ont besoin en matière d'éducation à la sexualité.
- Bessaïh, N. & La CORPS féministe. (2019). Corps accord, guide de sexualité positive. Montréal, Québec : Remue Ménage
- Fondation Émergence. (2019). Commande de matériel.
- Human rights campaign. (2019). A call to action : LGBTQ youth need inclusive sex education.
- Teen Health Source. (2019). Queering sexual education.
- Thompson, B. & Benbrook, A. (2016). Healthy bodies, safer sex - A comprehensive guide to safer sex, relationships, and reproductive health for trans or non-binary people and their partners.

RESSOURCES ADDITIONNELLES

MIELS-Québec : www.miels.org | 418-649-1720 | Ligne INFO-VIH : 418-649-0788

Sexplique : www.sexplique.org | 418-624-6808

Services de dépistage ITSS/VIH de la Capitale-Nationale : 1-844-683-4877 (Ligne ITSS)

GRIS-Québec : www.grisquebec.org | 418-523-5572

GRIS Chaudière-Appalaches : www.grischap.org | 418-903-7878

Interligne : www.interligne.co | 1-888-505-1010

Fondation Émergence : www.fondationemergence.org

Aide aux Trans du Québec | www.atq1980.org | 1 855 909-9038 #1

CATIE (informations VIH et VHC) : www.catie.ca | 1-800-263-1638

RÉZO (Montréal) : www.rezosante.org | 514-521-7778

L'Astérisk (Montréal) : www.lasterisk.com | 514-523-0977

Fondation Émergence (Montréal) : www.fondationemergence.org

Projet 10 (Montréal) : www.p10.qc.ca | 514-989-0001

Centre canadien de la diversité des genres et de la sexualité : www.ccgds-ccdgs.org

World Professional Alliance for Transgender Health (WPATH) : www.wpath.org/

